



## 静けさの心地よさを

今週月曜日の児童朝会で、私は体育館にいる全員の子どもたちに、全員で「静かな時間」を作ってみようと言いました。全員が体育座りをして話を聞いているのですが、静かに目を閉じて、自分に向き合う時間を作るのです。まず15秒間、私の合図でできるかどうかやってみました。はじめ「目をつぶりましょう」と言ってもきちんとできない児童もいましたが、できるまで待つて、15秒間静かな時間を作ることができました。次は、「黙想始め！」の合図で、30秒間静かな時間を作ることに挑戦しました。私が前から見ている限りでは全員できたと思います。静かに目を閉じて、自分自身の心に向き合うことで、心を整理したり、自分自身で何かに気づいたりすることがあります。この行いを継続していくことで、子どもたちの心が強くなると考えております。その際、姿勢も正して行うことも大切です。児童朝会での子どもたちの様子を見て、30秒ではありますが目を閉じて静かにできたことに、成長を感じるとともに、何か大きな可能性というものを感じることができました。

日常的に本校の子どもたちは、動くことやさまざまな音の中で過ごすことに慣れてしまっているように思います。授業の中でも、自分の姿を客観的に見つめるような時間、心が落ち着く静かな時間を、自分自身で作りに出そうとすることが少ないと思います。実際、授業中おしゃべりをやめることができない、仲間の発言を静かに聞くことができないといった状態が一部見られます。静かな時間がないので、当然静けさに心地よさを感じることはできません。だから常に音が鳴っていたり、話し声が聞こえたりしないと逆に不安になってしまいます。静かな時間や緊張感の中では、自分の精神の緊張を持続することができず、つい笑ってしまったり、他の人に話しかけたりします。静けさに身を置くことができないと、心を整理したり、気づいたりすることもできません。雑然とした雰囲気の中では、集中したり緊張感を味わったりすることがなく、教室が学ぶことを通して自分を成長させる場とはなり得ないのです。この積み重ねは、自分たちの成長の重要な機会をつぶしてしまうこととなります。まず、基本的な学習規律となる「聞く・話す姿勢」を引き続き育てていくとともに、静けさを心地よく感じられるような取組みを進めていきたいと思っております。ご家庭におかれましても、趣旨をご理解いただき、子どもたちへの後押しを何卒よろしくお願いいたします。

最後になりましたが



### 学習参観及び学年行事へのご参加ありがとうございました

ご多用な中、たくさんの保護者の皆様にご参観いただきました。子どもにとって何よりの勇気づけとなりました。ありがとうございました。また、学年行事も多数ご参加いただき、子どもたちは楽しい時間を過ごすことができました。重ねて感謝申し上げます。